

授業で「運動」が 好きになる。 「10年後の私」のために。

たまほ
山梨県中央市立玉穂中学校

全校生徒数	388名(男子208名 女子180名)		
全クラス数	13	教職員数	31名(内体育教員2名)
運動部活動	9	運動部活動参加率(中学2年)	78.3%
地域の外部指導者の活用(年間延べ人数)			5人

取組時の課題と目的

Plan

1 取組時の課題

子供たちが外で遊ぶ機会(場所)を失いつつあり、核家族化が進んだことで、家庭や地域において遊ぶ相手が減っている。本校でも、こうした現状が顕著に感じられるようになり、運動に親しむ機会が極端に少なくなり、運動の二極化が進み始めていた。

そこで、全ての生徒が等しく運動に親しむことができる保健体育の授業において、さらなる改善を行うことが必要であると感じている。

2 取組の目的

- ①日常生活の中へ、意図的に運動をする機会が設けられるように授業でアプローチを行う。
 - ②学習指導要領の全面实施に伴い、教育課程の見直しをするだけでなく、日々の授業改善を大切にして、子供たちの学び合いを充実させる。
 - ③体づくり運動や体育理論、保健学習をより一層充実させることで、「10年後の私」に還元できるような授業づくりを目指す。
- これらを念頭に置き、運動の苦手な生徒が運動の楽しさや喜びを味わえることを第一の目的とした。

取組の内容

D.

教員の思いやねらいをより具現化し、目の前にいる生徒一人一人の将来を思い、生徒が夢中になる授業を展開していくことが必要だと考える。

1 特別なことではなく当たり前のことを

「体育の授業が、楽しい。」生徒がそう思えるような授業の準備をいかにしておくか、常に意識するようにしている。また、運動が苦手、好きではないと思っっている生徒に対しても、安心感や居心地のよさを得られるような指導を工夫している。授業づくりにおいて、体育科教員で共通理解を図り、授業の雰囲気づくり、生徒一人一人への声かけを心がけている。

「達成感」「爽快感」が味わえる授業、できなかったことができるようになる授業、分からなかったことが分かる授業を大切にして「楽しい授業」への取組を進めている。

●工夫したこと

①授業カードの工夫

単元に応じて、ふり返りやすく使いやすい構成にし、1枚ポートフォリオを活用している。年間を通じて生活習慣チェックを行い、良好な生活習慣と健康意識の向上に努めている。

②話し合いの工夫

ワールドカフェ方式の導入や付箋紙の活用により、自分の考えを伝える活動を大切にしている。付箋紙は、友達からのアドバイスが形として残るために女子生徒には好評である。

柔軟なグルーピングにより、友達とのかかわり合いや学び合いを通して、運動する楽しさを味わえるようにしている。

③各単元におけるルールの工夫

男女がともに取り組めるルール、運動が苦手な生徒が取り組みやすくなるルール、みんなとのかかわり合いを大切にしたルール等、生徒一人一人が目的意識をもって取り組むことができるようにルールを設定している。

④外部人材の活用

学校全体で取り組むことで共通理解を図っている。

2 授業をトランスフォームする

(1) まずは、体づくり運動と体育理論の重要性から

体育分野における源であるこれらの単元を通じて、積極的に運動に親しんだり、楽しもうとしたりする資質を着実に育むことを大切にした。東京五輪招致決定のニュースは、大きな教材となった。

(2) 保健学習が「10年後の私」を変えていく

5年後、10年後の私にとって、保健分野の学習が子供たちの実生活において、どのように生かされていくかに視点を置き、思考させる授業を目指した。

将来の自分につながる健康への意識が高まり、生活習慣の定着、運動の実践等、取組に広がりが見られる。

(3) 単元がもつ面白さを最大限に引き出していく

3年生で現代的なリズムのダンスを選択している。プロのダンサーを講師に招いて、ダンスの成り立ちから学び、踊ることの本質的な楽しさに迫っている。

取組の成果

Check

- ①生徒の保健体育の授業に対してのイメージが変わり始めている。他教科では味わえない楽しさや達成感、みんながひとつになれる感じ等、「体育は楽しい!」につながっている。
- ②体を動かすことの楽しさを感じ始め、授業へ意欲的に取り組む生徒の姿がこれまで以上に増えている。

今後の課題

Action

- ①継続させながらも、取組の方法に変化をもたせ、生徒を飽きさせないようなアプローチを大切にしていかなければならないと考えている。

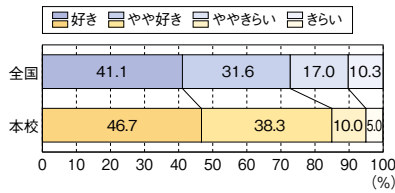
●女子の体力総合評価

総合評価	A	38.6
	B	26.3
	D	3.5
	E	0.0
	AB-DE	61.4

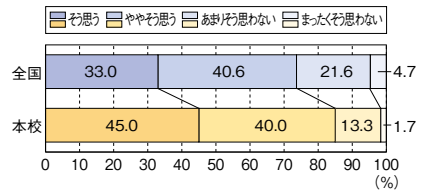
●女子の1週間の総運動時間と割合

	全国	本校
1週間の総運動時間(分)	6103	7434
60分未満の割合(%)	29.9	8.5

●【質問14】運動やスポーツが好き



●【質問20】保健体育は自分にとって大切なものである



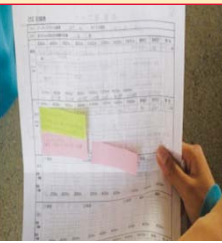
授業カードの工夫

授業を通じて生活習慣のチェックをすることで、健康的な生活への意識付けをねらい、目指したい日常を示す。保健分野との横断的な取組。生活習慣の定着、健康への意識が高くなっている。

単元に応じて1枚ポートフォリオの活用

保健体育で健康もプラスもゲットだぜ!!! 生活習慣チェック編

	始業時間	服装	持ち物	就寝時間	朝食	体調	ゲットしよう	備考	
記入例	遅刻(おそく)は授業のタイムロス(時間)です。早退(あせり)は授業の進行(すすみ)に支障(しざん)をきたすので、授業中に早退(あせり)しないようにしましょう。	学校指定の制服(せいふく)を着用(けんよう)してください。季節(きせう)に応じた服装(ふく)を着用(けんよう)してください。	授業(じゆぎょう)に必要な(ひつやう)教科書(けいこくしょ)やノート(ノート)を忘れず(わすれず)持ってきましょう。	毎晩(まいばん)8時(じ)前後(ぜんご)に就寝(しゆいん)してください。	毎朝(まいあさ)7時(じ)前後(ぜんご)に朝食(ちゆうしょく)を食べてください。	体調(たいこう)不良(ふりょう)や怪我(けが)などを感じ(かんじ)たら、先生(せんせい)に報告(ほうご)してください。	授業(じゆぎょう)中に携帯電話(けいごうでんわ)の電源(でんげん)をオフ(オフ)にしてください。	ポイント券(ポイントせん)をゲット(ゲット)しましょう。	体調不良(たいこうふりょう)や怪我(けが)などを感じ(かんじ)たら、先生(せんせい)に報告(ほうご)してください。
○月○日	○	○	○	○	○	○	○ポイント		
月日									
月日									
月日									



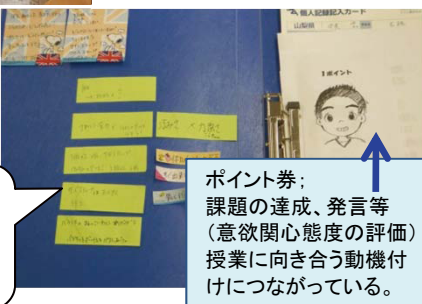
話し合いの工夫



付箋紙の活用によって、情報の共有化がより円滑に行えるようになった。(写真上)



付箋紙を取り入れたことにより、女子生徒も積極的に話し合いに参加するようになった。また、自ら付箋紙を用意してまとめる女子生徒もでてきた。(写真右)



ポイント券: 課題の達成、発言等(意欲関心態度の評価)授業に向き合う動機付けにつながっている。

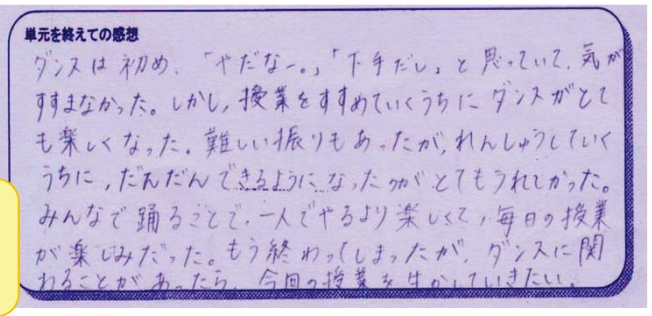
よいタイミングを探る

単元の面白さを引き出す

部活動を引退して体力低下が課題になりがちな3年生の女子生徒に留意して、現代的なリズムのダンスを学園祭終了後の9月中旬から行っている。その後、長距離走の授業を設定。学校行事の強歩大会と関連をもたせた教育課程を横断的に仕組むことで、年間を通じて生徒の運動への動機付けをして、継続してみんなで体を動かすことを大事にしようと考えた。また、外部人材を活用することで、単元のもつ魅力を引き出すことを目指した。



休み時間にダンスの練習をしている3年生を見て、1、2年生の女子生徒の意欲付けにもつながっている。「早くダンスの授業がしたい」「みんなで踊りたい」と、ダンスの授業を楽しみにしている生徒が増えている。

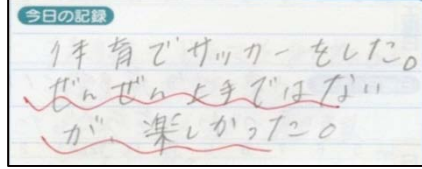


生徒の反応から



体づくり運動では、楽しそうに取り組む様子が見られた。柔軟なグルーピングが、その背景にあると考えている。

学級担任に提出している女子の生活記録ノートにも、授業の感想が書かれるようになった。ルールや事前・事後のスキルテスト、個に応じた指導、友達とのかかわりを大切に授業が、生徒の意欲を高め、楽しさを実感できるようになっている。



第7章 運動が苦手・運動しない女子をつくらないために